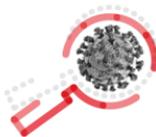
Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19

PROCESSO DE LUTO NO CONTEXTO DA COVID-19

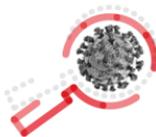
*Você pode muito.
Com informação,
pode ainda mais.*

Luto é um processo natural de resposta a um rompimento de vínculo, ou seja, quando perdemos alguém ou algo significativo na nossa vida. O significado, as explicações, os rituais de passagem entre a vida e a morte e o processo de enlutamento variam conforme cada sociedade e suas diferenças culturais, cosmológicas e religiosas, bem como as circunstâncias em que ocorre a morte. Cada sociedade estabelece os códigos culturais aceitáveis para o estabelecimento de rituais fúnebres de seus entes queridos, que envolvem desde cerimônias de despedidas, homenagens, até modos diversos de tratamento dos corpos, como o enterro ou a cremação.

A pandemia COVID-19, iniciada em dezembro de 2019 na China e disseminada para centenas de países em poucos dias e meses, com milhares de indivíduos infectados, mortos e curados, tem provocado uma transformação profunda na sociedade contemporânea, em diferentes aspectos.

Em contexto de pandemia, a morte se torna mais próxima e súbita do que nos parâmetros de rotina. Morte repentina, inesperada e precoce é preditora considerada complicadora para elaboração do luto normal e pode gerar transtornos psicológicos importantes nos indivíduos que vivenciam suas perdas com esse perfil. Sendo assim, em pandemia temos o processo de luto sofrendo atravessamentos, com desdobramentos que potencializam o risco de agravar os sofrimentos psíquicos individuais e coletivos.

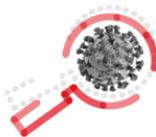
O LUTO NO CONTEXTO DO NOVO CORONAVÍRUS

Uma dimensão importante a ser considerada é que as mortes causadas pelo novo coronavírus trazem algumas características particulares que,

assim como em outros contextos de crise, podem interferir no luto das pessoas envolvidas. Devido ao contexto de pandemia e suas especificidades de contágio, as mortes podem ser mais frequentes do que aquelas com as quais estamos acostumados a lidar, podendo ocorrer abruptamente e demandando rituais díspares do que aqueles com os quais as culturas estão familiarizadas. Outra implicação é que, devido ao isolamento, a presença junto ao paciente infectado e até mesmo os ritos de despedida, ações integrantes do processo de luto não podem ser realizadas por seus entes queridos como habitualmente o fazem. Nesse contexto, as possibilidades são aumentadas para o desenvolvimento de um luto complicado, ou seja: quando o processo de luto se dá de forma mais intensa e duradoura do que o esperado, por não ter conseguido processar a situação nem se despedir de forma que lhe permita ter um senso de realidade e concretude.

A pandemia COVID-19 traz impactos para a saúde mental, que pode envolver perdas e dores profundas. Diante disso, faz-se necessário pensar em alternativas que possam ajudar a lidar com aspectos novos das perdas na era do coronavírus, uma vez que os rituais em torno da morte, tão importantes para o luto, precisam ser redesenhados e ressignificados nesse contexto.

OS RITUAIS DE DESPEDIDA E SUA FUNÇÃO ORGANIZADORA

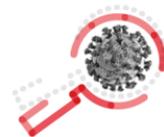
Assistimos, no contexto mundial, diferentes cenários e possibilidades de como os países estão lidando e determinando os funerais, enterros e rituais de despedidas. As diferentes religiões e suas instituições também estão definindo condutas quanto a esses processos, com o intuito de oferecer apoio e suporte ao processo de enlutamento.

Contudo, as recomendações e orientações científicas e técnicas para o enfrentamento ao vírus COVID-19 têm sido o ponto central, inclusive no cuidado dos corpos após a morte, de modo a diminuir os riscos sanitários e de contaminação. Devido a isso, as autoridades sanitárias no âmbito da atenção à saúde e da vigilância sanitária têm elaborado orientações de como devem ocorrer os funerais e o manejo dos corpos.

Em alguns países asiáticos, em especial na China, foi proibido qualquer ritual de despedida aos mortos, para reduzir o risco de contaminação. Nos países europeus, tendo Itália como exemplo, os funerais foram restritos a poucos presentes para o ritual de velório, do sepultamento ou cremação.

Sabe-se que os rituais de despedida são organizadores, importantes para um processo de luto normal dos indivíduos e o impedimento de viver esse momento pode trazer intensos sentimentos de raiva, horror, choque que são somados a uma experiência de luto na comunidade, não apenas restrito ao âmbito familiar ou social mais próximo, aumentando o risco de luto complicado e de retomada de investimento nas situações necessárias para o enfrentamento da vida. É necessário desenvolver ou estimular junto aos enlutados, uma possibilidade de ritualizar e dar significado ao que estão enfrentando.

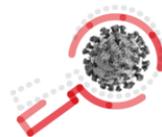
RECOMENDAÇÕES SANITÁRIAS PARA OS FUNERAIS NO BRASIL

As autoridades sanitárias nacionais, os órgãos de vigilância sanitária de cada unidade federativa, bem como as organizações e sindicatos ligados aos cemitérios e às empresas funerárias, têm elaborado

recomendações sobre biossegurança no manejo dos corpos do hospital ao funeral, para a prevenção do risco de contaminação por COVID-19.

De modo geral, observa-se que a recomendação para os rituais fúnebres é que ocorram velórios com poucas pessoas, ou seja, apenas as pessoas mais próximas ao falecido; que o sepultamento seja feito com caixão lacrado, que não haja procedimento de tanatopraxia (limpeza, tratamento e maquiagem do corpo para o velório) e que, após o velório de, no máximo 1 hora de duração, o corpo seja cremado.

Além disso, a Portaria nº1/2020 publicada conjuntamente pelo Conselho Nacional de Justiça e o Ministério da Saúde, permite o sepultamento e cremação de pessoas sem atestado de óbito prévio, bem como determina ainda que a morte por doença respiratória suspeita para COVID-19, não confirmada por exames, deverá ter descrição da causa mortis como "provável para COVID-19" ou "suspeito para COVID-19".

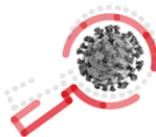
Este novo cenário imposto pela pandemia tem trazido inúmeros desafios quanto ao cuidado e à saúde mental e atenção psicossocial (SMAPS) das pessoas que atravessam o luto por entes acometidos pela COVID-19. É fundamental que se implementem ações que amparem e facilitem familiares e amigos de vítimas do COVID-19, considerando cenários como: falecimento em residência, falecimento em hospitais sem a devida despedida dos mais próximos, falecimento solitário com pouca rede social de apoio, falecimento súbito de pacientes suspeitos de infecção, funerais nos quais não são possíveis o contato do enlutado com o falecido, dentre outros que podem gerar diversas repercussões de ordem psicossocial.

ESTRATÉGIAS DE SUPORTE E APOIO EMOCIONAL NO ENLUTAMENTO

• **Caso não seja possível a presença física, propor estratégias remotas de despedida.** Um exemplo é estimular os familiares e amigos a expressarem seu luto com o uso de tecnologias para a despedida, como ligações por vídeo ou mensagens de voz, além das cartas, e-mails e mensagens de despedida ao ente querido;

• **Caso o funeral seja adiado ou realizado num período muito curto, pode-se reservar um tempo para criar um memorial em casa.** Uma sugestão seria reservar um tempo olhando as fotografias do falecido, acender uma vela, escrever uma mensagem para ele, seguir um ritual cultural ou espiritual. Caso as recomendações de biossegurança permitam, é possível visitar algum local que traga memórias de conforto e afeto.

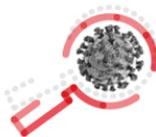
• **Organizar um livro de visitas on-line, para amigos e familiares assinarem e oferecerem suas condolências.** Os membros da família costumam encontrar conforto ao ler essas mensagens, e tê-las disponíveis on-line facilita olhar para elas quando se sentirem tristes.

• **Preparar equipes hospitalares para o contato com os familiares, seguindo orientações claras de atenção e cuidado na comunicação dos óbitos.** Este preparo deve considerar o provável quantitativo elevado de mortes por COVID-19 e a atenção também aos profissionais responsáveis por esta comunicação, com indicação de que haja um rodízio dentre eles para evitar a sobrecarga;

• **Celeridade nos processos burocráticos ligados ao sepultamento a fim de evitar mais sofrimentos aos familiares da vítima.** Observando as especificidades de biossegurança e as necessidades específicas das famílias enlutadas quanto a seus desejos e significados, possibilitando ao máximo um ambiente acolhedor e o mais seguro possível;

• **Desenvolvimento de rituais fúnebres alternativos**, como cultos virtuais, missas virtuais, homenagens virtuais, musicais, fotográficas, entre outras, que auxiliem no processo de despedida, em especial no caso de mortes súbitas. Verificar também a possibilidade de homenagens coletivas a todas as pessoas sepultadas ou cremadas em mesmo local (seja em cada instituição, na mesma cidade, etc), após o término da pandemia;

• **Propor às famílias opções alternativas para o funeral de seus entes**, tais como: funerais online – a fim de proteger funcionários, famílias e amigos de aglomerações e possíveis infecções; enterros escalonados, com os familiares sendo solicitados a revezar suas chegadas para manter grupos menores que 10 pessoas e seguir as diretrizes de distanciamento social e higiene;

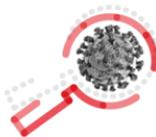
• **Deve-se também orientar os trabalhadores envolvidos no gerenciamento de cadáveres.** É importante cuidar para que estes trabalhadores se sintam seguros na realização de sua atividade e cientes da necessidade de tratar a pessoa falecida com dignidade durante todo o processo, garantindo o respeito pelos familiares sobreviventes;

- **Fortalecimento das redes religiosas e/ou espirituais do falecido e dos enlutados.** Possibilitar contato virtual enquanto não é possível presencial, com líderes religiosos importantes para a família e que sejam significativos para esse momento;

- **Atenção da rede socioafetiva às pessoas em processo de luto.** Caso alguém perceba que um familiar, ou amigo, está encontrando dificuldade em lidar com a situação, busque ajuda junto a outras pessoas, sejam profissionais de atenção psicossocial, sejam líderes comunitários, religiosos, ou mesmo dentro da própria rede. O fundamental é reconhecer seus limites e pedir ajuda quando esta se faz necessária.

Cada pessoa fica enlutada de sua maneira, não existindo, portanto, maneiras melhores ou piores, nem a imposição de uma sequência rígida, que normatiza o processo. O luto é uma experiência pessoal e única para cada pessoa e assim precisa ser respeitado.

Pesquisadores colaboradores de Atenção Psicossocial e Saúde Mental do Centro de Estudos e Pesquisas em Emergências e Desastres em Saúde (CEPEDES) da Fiocruz:
Adriana Silveira Cogo, Bernardo Dolabella Melo, Daphne Rodrigues Pereira, Fernanda Serpeloni, Juliana Fernandes Kabad, Maria Helena Pereira Franco e Michele Souza e Souza
Coordenação: *Débora da Silva Noal e Fabiana Damásio*
Coordenador do CEPEDES: *Carlos Machado de Freitas*
Projeto Gráfico: *Adriana Marinho*

Referências bibliográficas

*ARIÈS, Philippe. **História da Morte no Ocidente**. Rio de Janeiro: Editora Francisco Alves, 1977.*

*AUSTRALIAN CENTRE FOR GRIEF AND BEREAVEMENT. **Funeral Support and Physical Distancing**. Março de 2020. Disponível em: file:///C:/Users/Michele/Downloads/200327_Fact%20Sheet_Funeral%20Support%20and%20Physical%20Distancing%20(1).pdf. Acesso em: 13 de abr de 2020.*

BRASIL. Associação Brasileira de Cemitérios. ABREDIF: Brasília-DF, março/2020. Disponível em: https://pdfhost.io/v/xKql4l5HX_oficio_COVID19_ABR_23mar_2020.pdf

*BRASIL. **Manejo de corpos no contexto do novo coronavírus – COVID-19**. Ministério da Saúde: Brasília, março/2020. Disponível em: https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/marco/25/manejo-corpos-coronavirus-versao1-25mar20-rev5.pdf*

*BRASIL. **NOTA TÉCNICA GVIMS/GGTES/ANVISA Nº 04/2020** - Orientações para serviços de saúde: medidas de prevenção e controle que devem ser adotadas durante a assistência aos casos suspeitos ou confirmados de infecção pelo novo coronavírus (Sars-Cov-2). MINISTÉRIO DA SAÚDE/ANVISA: Brasília-DF, março/2020. Disponível em: https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/marco/25/manejo-corpos-coronavirus-versao1-25mar20-rev5.pdf*

*CRISPIM, Douglas et. al. **Notícias de óbito em diferentes cenários da pandemia**. Texto online. Março, 2020. Disponível em: https://ammg.org.br/wp-content/uploads/%C3%93bito-COVID-19.pdf*

*FRANCO, Maria Helena Pereira. (2015) The Brazilian Ways of Living, Dying and Grieving. In J. CACCIATORE & J. DEFRAIN. (org.) **The World of Bereavement; cultural perspectives on death and families**. New York: Springer. pp. 147-158.*

MENEZES, Rachel Aisengart. Em busca da Boa Morte. Fiocruz: Rio de Janeiro-RJ, 2004. Disponível em: https://portal.fiocruz.br/livro/em-busca-da-boa-morte-antropologia-dos-cuidados-paliativos

*PARKES, Colin Murray. (2009) **Amor e perda: as raízes do luto e suas complicações**. (Tradução Maria Helena Pereira Franco). São Paulo: Summus.*